

ACNÉ

El acné es una enfermedad que se caracteriza por la **aparición de lesiones en la piel como consecuencia de una foliculitis, una inflamación y posterior infección del poro folicular**(orificio de salida del pelo). Estas lesiones suelen ser granos, espinillas negras y parches rojos e inflamados, como quistes.

Este trastorno puede llegar a tener implicaciones psicológicas y sociales, **especialmente entre los adolescentes**.

CAUSAS

La principal causa del acné es la **obstrucción de los poros de la piel**.

Los factores principales por los que suele desencadenarse el taponamiento son:

- Las glándulas segregan sebo en exceso.
- Los cambios hormonales que van asociados a la pubertad, el embarazo, la **menstruación**, el estrés o el consumo de **métodos anticonceptivos orales**, como la píldora.
- La utilización de algunos **cosméticos y productos para el cabello graso**.
- Algunos fármacos que contienen, estrógenos, esteroides, **testosterona** o fenitoína.
- La excesiva sudoración.

SÍNTOMAS

El acné se manifiesta clínicamente con varios tipos de lesiones. De hecho, en algunos pacientes pueden aparecer varias de ellas.

Las lesiones del acné se localizan principalmente en cara (frente, mejillas y mentón), espalda, hombros y región preesternal, que son las zonas seboreicas del cuerpo.

Durante el invierno el acné suele empeorar y mejora en verano, probablemente debido al **efecto beneficioso del sol**.

El acné también puede aparecer con cada **ciclo menstrual** en las mujeres jóvenes y puede desaparecer o empeorar notablemente durante el **embarazo**.

Los síntomas principales que aparecen en la piel son:

- Quistes.
- Costras con erupciones en la piel.
- Pústulas.
- Cicatrices en la piel.
- Enrojecimiento alrededor de las erupciones de la piel.
- Espinillas.
- Protuberancias pequeñas y rojas.
- Espinillas negras.

PREVENCIÓN

No existe una forma eficaz para prevenir el acné.

La **Academia Española de Dermatología y Venereología** recomienda:

- **Limpiar la cara dos veces al día.** De esta manera se puede quitar el exceso de grasa de la superficie y las células muertas de la piel que pueden bloquear los poros. Sin embargo, hay que tener en cuenta que la limpieza excesiva puede causar daños, como resecar la piel en exceso o irritar el acné persistente.
- Aplicar los productos recomendados para tratar la afección de forma tópica después del lavado.
- Practicar deporte al aire libre y lavarse la cara después de realizarlo para **evitar que la sudoración tapone los poros.**
- Reducir el contacto del pelo con la piel de la cara. De hecho, los expertos no recomiendan llevar flequillo ni largas melenas.
- Intentar no abusar de alimentos como el cerdo, la bollería, el marisco, el alcohol, los frutos secos, los quesos fuertes y los alimentos que contienen chocolate.
- Elegir **cosméticos que no contengan aceites** o grasas en su composición.

TIPOS

El acné se clasifica según el tipo de las lesiones y se distinguen en inflamatorias y no inflamatorias.

Dentro de las **no inflamatorias**:

se incluyen los comedones cerrados y abiertos puntos negros.

Dentro de las **inflamatorias**: están las pápulas rojizas, pústulas, **nódulos y quistes**. Estas dos últimas son las más importantes pues, en su evolución, pueden dejar **cicatrices residuales**, que son las secuelas más importantes del acné.

Algunos pacientes pueden presentar cuadros más graves que asocian fiebre y mal estado general y que requieren tratamiento sistémico precoz.

El acné se puede clasificar en varios grados:

- **Acné leve.**
- **Acné moderado.**
- **Acné severo.**
- **Acné muy severo.**

DIAGNÓSTICO

En algunos pacientes se asocia el acné a otras **alteraciones**, como trastornos menstruales, caída de cabello, seborrea o aumento de vello, sería necesario realizar una **analítica hormonal** que permitirá descartar la presencia de **alteraciones hormonales** y orientar mejor el tratamiento.

TRATAMIENTOS

El tratamiento del acné es basada en dos modalidades: la **tópica** y la **sistémica**.

Dependerá la gravedad del acné la elección de una u otra modalidad.

Acné leve

En este tipo la terapia recomendada es el **tratamiento tópico** en el que se incluyen exfoliantes, peróxidos de benzoilo al 4, 5 y 10 por ciento, ácido azelaico y retinoides.

Acné moderado

En el moderado, el tratamiento también será tópico con peróxido de benzoilo, retinoides y antibióticos.

Acné severo

Tratamiento **sistémico** que incluye antibióticos durante 3 a 6 meses. Los retinoides sistémicos (**isotretinoína**) administrados a dosis de 0.5 a 1 mg/Kg/día durante cinco meses permiten una curación completa en casi la totalidad de los pacientes.

Acné muy severo

- **Tratamiento quirúrgico:** En algunos pacientes es necesario realizar drenaje de los quistes o eliminación mecánica de los comedones como tratamientos complementarios.
- **Tratamiento sistémico:** Isotretinoína asociada a corticoides sistémicos o intralesionales.

OTROS DATOS

SECUELAS

En pacientes con **cicatrices** secundarias de acné es posible realizar **tratamientos correctivos** de las mismas siempre que no existan lesiones activas. Disponemos de otras opciones como los **peelings químicos** con ácido glicólico u otros métodos algo más agresivos como la dermoabrasión o el láser de CO₂, que nos permiten mejorar el aspecto de los pacientes.

Los pacientes que presenten **alteraciones hormonales** demostradas pueden beneficiarse de **tratamientos antiandrogénicos** o mediante estrógenos asociados a **progesterona**.